

月	火	水	木	金	土
ランチルームの 利用時間 11:00～15:30 冷蔵庫、ポット、電子レンジは自由にお使い下さい	1 発育測定デー 開放 8:30～17:15	2 発育測定デー 赤ちゃんデー 8:30～17:15 (1歳の誕生日まで)	3 開放 8:30～17:15	4 開放 8:30～17:15 お話の日 10:30～10:50	5 開放 8:30～17:15
7 双子ちゃんデー 8:30～12:00 開放 12:00～17:15	8 開放 8:30～17:15	9 赤ちゃんデー 8:30～17:15	10 開放 8:30～17:15	11 開放 8:30～17:15 お話の日 (池ちゃんタロちゃん) 10:30～10:50	12 開放 8:30～17:15
14 双子ちゃんデー 8:30～12:00 開放 12:00～17:15	15 ふれあい遊び 10:00～10:30 (要予約・無料) 開放 11:00～17:15	16 ◆離乳食講座 (要予約・無料) 10:30～11:30 赤ちゃんデー 12:30～17:15	17 開放 8:30～17:15	18 開放 8:30～17:15 お話の日 10:30～10:50	19 開放 8:30～17:15
21 敬老の日 	22 国民の休日 	23 秋分の日 	24 ◆ママヨガ 10:00～11:00 (要予約・有料) 開放 11:30～17:15	25 開放 8:30～17:15 お話の日 (すみれさん) 10:30～10:50	26 開放 8:30～17:15
28 双子ちゃんデー 8:30～12:00 開放 12:00～17:15	29 ◆子育て講座 (要予約・無料) 10:00～11:00 開放 11:30～17:15	30 赤ちゃんデー 8:30～17:15	＊みてでは市内の方を対象に、①マイ保育園登録 ②一時預かり ③病後児保育を行っています。①②は随時登録・申し込みが できますので、希望の方はお問い合わせください。 ③病後児保育は、病気回復期のお子さんをお預かりしています。 前日予約となりますが、空きがあれば当日でも利用できます。		

身体測定のおしらせ

1～2日は発育測定の日です。「**大きくなったかな**」定期的に身長や体重を測ってみませんか？ご希望の方はスタッフまでお声かけください。上記以外の日でも、希望があればいつでも測定ができますので、スタッフまでお気軽にお知らせください。母乳を飲む前と飲んだ後でどれくらい増えているか測定することもできますよ！




◆のイベントは市内の方が対象になります。(8/25から予約受付します)

＊遊びのひろばは、0歳～5歳児親子が利用できます。(月～土 8:30～17:15)

★月曜日の午前中は双子ちゃん対象

★水曜日は0歳児親子対象 など、曜日によっては、対象を限定しています。またイベントのある日は開放時間がイベント終了後になる日もありますのでご了承ください

【 ふれあい遊び 】

簡単な手遊びや体操など、音楽に合わせて親子で楽しくふれあいましょう。

＊日 時…9月15日(火)
10:00～10:30

＊対 象…未就園児親子
10組

＊持ち物…飲み物



◆離乳食講座

保健センターの栄養士から離乳食のお話を聞きます。ママ向けに試食もご用意するので固さ、大きさ、味付け等、参考にしてみてください。また食に関する相談もできるので、是非この機会に聞いてみてください！

＊日 時…9月16日(水)
10:30～11:30

＊対 象…0歳親子 10組

＊参加費…無料(要予約)

◆ママヨガ

ママのためのストレッチをゆっくりと行います。体のコリを柔軟にほぐすヨガ運動で、心身ともにリフレッシュしましょう。

動きやすい服装で来てくださいね！

＊日 時…9月24日(木)
10:00～11:00

＊対 象…未就園児親子 10組

＊参加費…300円

＊持ち物…汗拭きタオル 飲み物
バスタオル 1枚

◆子育て講座

「心の成長と赤ちゃん返り」

日々お子さんの成長を感じる一方で、子どもが言う事を聞いてくれず、つい怒ってしまったという経験ありませんか？身体が大きくなるように心も成長します。寺井先生に心の成長についてお話を伺い、子育てのヒントを頂きます。

＊日 時…9月29日(火) 10:00～11:00

＊講 師…寺井 弘実氏
(臨床心理士・野々市市教育相談員)

＊対 象…未就園児親子 10組

＊参加費…無料(要予約)

